



SIILINJÄRVI
Ruokapalvelut



kuva: Ekocentria / Tero Takalo-Eskola

Siilinjärven kunnan peruskoulujen ja lukion ruokalista 14.8. – 8.9.2017

Viikko 33 14.8. – 18.8.2017

| | |
|-------------|--|
| Maanantai | Lihakeitto, tuoretta, juusto |
| Tiistai | Hauskat kalapihvit, perunat, salaatti, kermaviilikastike |
| Keskiviikko | Perunavelli, grahamlihapirakka, tuoretta, Hedelmä |
| Torstai | Lihapyörökät, perunat, kastike, salaatti |
| Perjantai | Kinkkukiusaus, tuoresalaatti, lämmin kasvis |

Hyvää ruokahalua!



kuva: Maito ja Terveys ry

Lisäksi joka aterialla ruokajuoma, ravintorasva, pehmyt leipä ja näkkileipä.

Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat ainesosatiedot saat tarvittaessa Siilinjärven kunnan ruokapalvelujen henkilökunnalta.



SIILINJÄRVI
Ruokapalvelut



kuva: Ekocentria / Tero Takalo-Eskola

Viikko 34 **21.8.2017 – 25.8.2017**

Maanantai Jauhelihakastike, perunat/spagetti, salaatti

Tiistai Kasvis-pastapaistos, vihannessalaatti

Keskiviikko Jauhemaksapihvit, perunasose, salaatti, puolukkaa

Torstai Kalamureke, peruna, raaste, kastike

Perjantai Broilerikeitto, tuoretta, Hedelmä

Hyvää ruokahalua!



kuva: Maito ja Terveys ry

*Lisäksi joka aterialla ruokajuoma, ravintorasva, pehmyt leipä ja näkkileipä.
Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat ainesosatiedot saat tarvittaessa Siilinjärven kunnan ruokapalvelujen henkilökunnalta.*



SIILINJÄRVI
Ruokapalvelut



kuva: Ekocentria / Tero Takalo-Eskola

Viikko 35

28.8. – 1.9.2017

Maanantai

Makkarakastike, perunat, salaatti talon tapaan

Tiistai

Järvikalapihvit/kalapyörykät, perunat, kastike, salaatti

Keskiviikko

Broileripaistos, salaatti

Torstai

Jauhelihakeitto, tuoretta, Marjasalaatti

Perjantai

Kasvisruoka, ohrahelmi, salaatti

Hyvää ruokahalua!



kuva: Maito ja Terveys ry

Lisäksi joka aterialla ruokajuoma, ravintorasva, pehmyt leipä ja näkkileipä.

Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat ainesosatiedot saat tarvittaessa Siilinjärven kunnan ruokapalvelujen henkilökunnalta.



SIILINJÄRVI
Ruokapalvelut



kuva: Ekocentria / Tero Takalo-Eskola

Viikko 36 **4.9. – 8.9.2017**

Maanantai Porsassuikalekastike, perunat, raastesalaatti

Tiistai Kasvislasagne, itämäinen salaatti

Keskiviikko Uunilohi, perunat, raaste

Torstai Pinaattihukaiset, perunasose, salaatti, hillo

Perjantai Iloinen nakkikeitto, juustolevite, Hedelmä

Hyvää ruokahalua!



kuva: Maito ja Terveys ry

Lisäksi joka aterialla ruokajuoma, ravintorasva, pehmyt leipä ja näkkileipä.
Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat ainesosatiedot saat tarvittaessa Siilinjärven kunnan ruokapalvelujen henkilökunnalta.